

Chaque année, l'eau tue.
En 2004 : **1163 noyades,**
dont **368 mortelles.**

Les principales victimes étaient :

- des enfants de moins de 6 ans
- des personnes de plus de 45 ans
- des hommes pour les 2/3.



Respectez toujours les consignes signalées par les drapeaux de baignade, elles sont émises par des professionnels du secourisme.

DRAPEAUX DE BAIGNADE		
(drapeau vert)	(drapeau orange)	(drapeau rouge)
Baignade surveillée et absence de danger particulier	**Baignade dangereuse, mais surveillée**	**Interdiction de se baigner**





... Ne laissez pas votre enfant sans surveillance !

**EN CAS D'ACCIDENT,
ALERTEZ LE SERVICE DE SURVEILLANCE
OU
APPELEZ LES NUMÉROS D'URGENCE**

Pompiers : 18
Samu : 15
Numéro unique d'urgence européen : 112

Pour apprendre à nager,
renseignez-vous auprès des maîtres nageurs
et des associations d'apprentissage de la natation

Pour plus d'informations :

www.interieur.gouv.fr
www.invs.sante.fr
www.inpes.sante.fr
www.minefe.gouv.fr
www.pme.gouv.fr
www.jeunesse-sports.gouv.fr
www.securiteconso.org
www.pompiers.fr
www.ffnatation.fr

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

PREMIER MINISTRE
SECRÉTARIAT GÉNÉRAL DE LA MER

MINISTÈRE DE L'INTÉRIEUR, DE L'OUTRE-MER ET DES COLLECTIVITÉS TERRITORIALES

MINISTÈRE DE LA SANTÉ, DE LA JEUNESSE, DES SPORTS ET DE LA VIE ASSOCIATIVE

MINISTÈRE DE L'ÉCONOMIE, DE L'INDUSTRIE ET DE L'EMPLOI

Sécurité sociale
L'Assurance Maladie

Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé
inpes
www.inpes.sante.fr








Réf. 231-08070-DE – RC Nanterre B 330 742 784 – Illustrations : Jo – GRRREY!



Risques de noyade

Un réflexe en plus, un risque en moins !

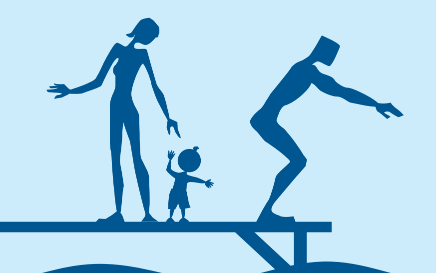


Quelles précautions prendre avant de se mettre à l'eau ?

- **Privilégiez les zones de baignade surveillées.**
  Sinon, vérifiez que :
  - la zone n'est pas dangereuse,
  - la baignade n'est pas interdite.
- **Renseignez-vous sur la nature des vagues, des courants et des marées** lorsque vous arrivez sur votre lieu de séjour : certaines zones peuvent être particulièrement dangereuses.
- **Assurez-vous que les conditions de baignade** ne vont pas devenir dangereuses au cours de la journée. Consultez régulièrement les bulletins météo.
- **Ne quittez jamais des yeux vos enfants quand ils jouent au bord de l'eau.**
- **Prévenez vos proches lorsque vous allez vous baigner.**
  Fixez-vous aussi un point de repère sur la terre ferme pour être sûr de revenir à votre point de départ.
- **Respectez strictement les consignes des sauveteurs.**



Ne vous baignez jamais si vous ressentez le moindre frisson ou trouble physique.



... Ne laissez pas votre enfant sans surveillance !

Quelles précautions prendre pour se baigner ?

- **Rentrez progressivement dans l'eau.**
- **Ne laissez jamais vos enfants seuls dans l'eau.**
  Baignez-vous en même temps qu'eux et ne les perdez jamais de vue.
- **Méfiez-vous des bouées ou des autres articles flottants** (matelas, bateaux pneumatiques...), ils ne protègent pas de la noyade.
- **Soyez vigilants dans les vagues.**
  Vous pouvez vous amuser dans les vagues, mais faites attention à leur zone d'impact.
- **Équipez vos enfants de maillots de bain à flotteurs et de brassards.**



Ne surestimez pas votre niveau de natation et souvenez-vous qu'il est plus difficile de nager en milieu naturel (mer, lac, rivière) qu'en piscine.





... Ne laissez pas votre enfant sans surveillance !

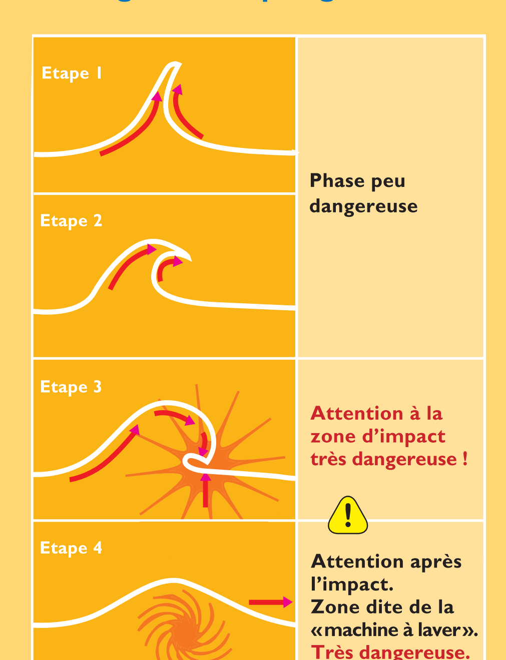
Que faire en cas de danger imprévu ?

- **Ne luttez pas contre le courant et les vagues pour ne pas vous épuiser.**
- **Allongez-vous sur le dos** pour vous reposer ou appeler à l'aide.
- **Laissez-vous flotter dans la mesure du possible.**



Évitez de paniquer même lorsque la situation est inhabituelle

Le meilleur moyen de passer une vague est de plonger dessous.



* Plongeon possible dans les 3 premières étapes



... Ne laissez pas votre enfant sans surveillance !